Space Toon

مجلة شباب المستقبل



أم سلطان تطبخ لرمضان.

شهر الخير والبركة قد أقبل.

جوائزُ قيّمة بانتظارك في المسابقة الرمضانيّة.





سبيستونات

SPACETOONAT



magazine Space toon

تصدر عن شركة
شباب المستقبل للنشر

YOUNG FUTURE PUBLISHING

بترخيص من
شركة سبيس تون
رقم /S.T.001/

مجلة فتيات المستقبل

رئاسة التحرير ماهر الصباغ

مديرة التحرير هديل عبد الغني

الإخراج والإشراف الفني محمد فهد

التدقيق اللغوي والمشاركة في الإعداد نسرين الجفان

تصميم	تنفيذ	Animation
عبير الزعبي	أحمد ابراهيم	أنمار مرتضى
مريم كركي	أحمد النجار	علاء العقاد
فينوس حمزة	رولا السلاخ	فرح فتال
ليلى حمزة		جواد مراد
ميس كيلاني		عزت نيروان
بسام بوارشي		سماح درويش
	يشارك بالرسم	زينب الباشا
حسام بيكو	ليلى يوجينا كركي	رزان بحصاص
		هادي نجم الدين

تنسيق و متابعة الإنتاج لقمان الحلبي

سكرتارية نور شعبان

وكلاء التوزيع في الدول العربية

السعودية	الشركة السعودية للتوزيع	4419933	12.00	ريال
الإمارات	شركة الإمارات للطباعة والنشر والتوزيع	3916500	12.00	درهم
قطر	دار الشرق للطباعة والنشر والتوزيع	4557810	12.00	ريال
الكويت	المجموعة الكويتية للنشر والتوزيع	1838281	1.00	دينار
البحرين	مؤسسة الهلال لتوزيع الصحف	17480800	1.200	دينار
الأردن	شركة الاتجاهات الأربعة للتوزيع	5341005	2.250	دينار
عمان	مؤسسة العطاء للتوزيع	24491399	1.200	ريال
لبنان	شركة الناشرون لتوزيع الصحف والمطبوعات	277088	4800	ليرة
سوريا	للاشتراك الاتصال على الرقم:	0933-272221	150	ليرة
سوريا	مؤسسة الوحدة للصحافة والطباعة والنشر والتوزيع	2127797	150	ليرة
العراق	شركة البساط السحري للإنتاج الإعلامي	07703209090	4750	دينار
اليمن	الدار العربية للنشر والتوزيع	331797	450	ريال
السودان	دار الريان للثقافة والنشر والتوزيع	154945770	7.00	جنيه
تونس	الشركة التونسية للصحافة (سوتوبريس)	71322499	3.00	دينار
المغرب	الشركة العربية الإفريقية للتوزيع والصحافة والنشر	522249200	20.00	درهم
مصر	مؤسسة أخبار اليوم للتوزيع	25806226	10.00	جنيه
مصر	شركة إيجيبت تون	2 4502026	10.00	جنيه
ليبيا	شركة موهو لاستيراد الكتب	0927101441	3.00	جنيه
الجزائر	شركة شام المصطفى العلمية للنشر والتوزيع	0795157641	210	دينار

عنوان المجلة وإدارة التسويق

Damascus- Syria-Free Zone P.O Box 10239
E-MAIL: info@youngfuturepublishing.com
Tel:+963112135285 Fax: +963112135287
Cyprus-C/D Aristidas Yordamis Corner of Athinion & Anexartisias
NORA Court Office 303
Limassol- Cyprus CR – 62483

يونا والحمية



انتهى العام الدراسي واقترب يوم توزيع النتائج، وكان على يونا أن ترتدي ثوبا ملائما لهذه المناسبة، ولكن ما الذي حدث؟!












هذا ما أحتاج إليه،
حمية قاسية.


في الحقيقة اتبعتُ
حمية قاسية واستطعتُ أن أفقد
عدة كيلوغرامات من وزني.


الإفطار سيكون كوبا من
العصير، أما الغداء فسآكل
قطعة خبز، وعلى العشاء
نصف قطعة خيار.


سيفي هذا النظام الذي
وضعته بالغرض، وبعد
سبعة أيام سيكون
مقاس الثوب مناسبا تماما..
سأبدأ به منذ الغد.

سأنتهي من إعداد فطوري لأول يوم من الحمية.

انتهت حصة الفطور بسرعة، أعتقد أنّ كميّتها كانت قليلة جدا.

لا بأس، بعد عدّة ساعات سيحين موعد الغداء.

عليَّ أن أصبر قليلاً وإلا سوف أتراجع.

أشعر بالجوع، ومعدتي لا تكفُّ عن إصدار الأصوات، مع أنّني أكلتُ كلَّ الوجبات الموجودة في برنامج الحمية.


أشعرُ بالدوار... لا أستطيع الحراك
آآآه.........
أنا متعبة جداً.

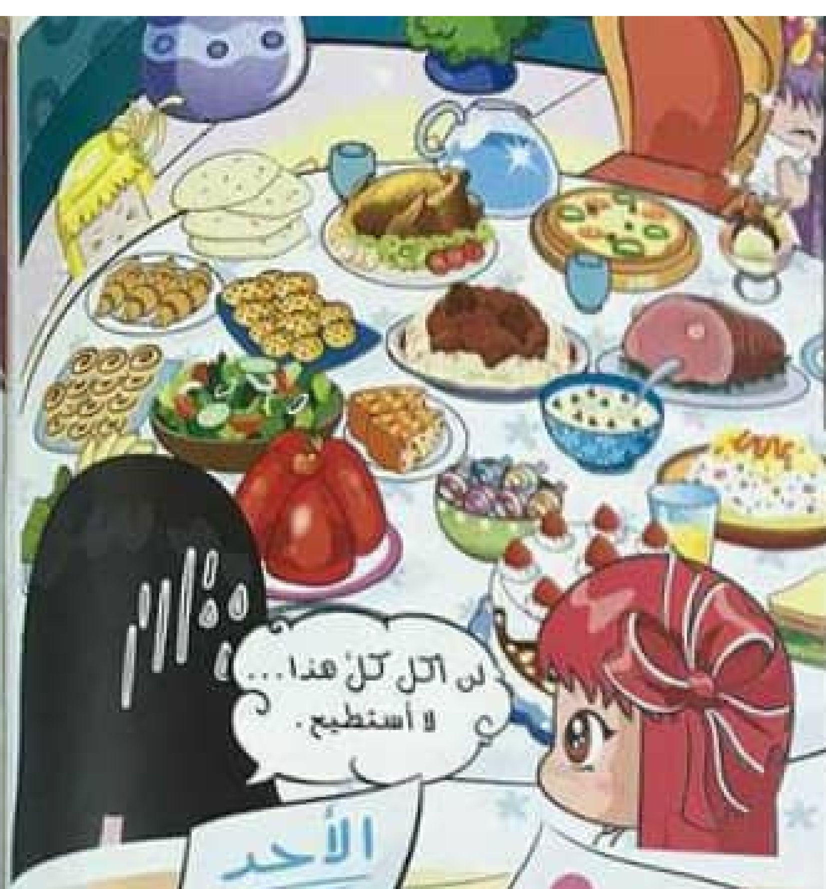

بونا عزيزتي... هل أنتِ بخير؟


آآآه أشعر بالدوار.. وبالجوع أيضاً.


أنتِ تُلحقين الضرر بنفسك... هذه الحمية التي تتبعينها خاطئة.
ولكنني أريد أن أتمكن من ارتداء الثوب... والثوب ضيق.









انظرن استطعتُ ارتداء الثوب!! كان معكن حق، علينا الاهتمام بنوع الطعام فهذا هو الأساس.

أهم ما في الأمر أن تقتنع وإلا فنحن من سيتحمّل النتائج مثل كلِّ مرّة.


Jumbo جمبو





صيف باااااااااااااارد
مع آيس كريم وعصير ... جمبو


ORANGE
برتقال



حلو ومالح

خضر في رمضان

رمضان كريم

مرحباً صديقاتي...

هل تشعرن بالعطش؟

إن كانت إجابتكن (نعم) فهذا يعني أنكن لم تتناولن الخُضر والفواكه الطازجة في الأمس على الفطور أو السحور، أليس كذلك؟

إنَّها مليئة بالفيتامينات وبالماء أيضاً، لذلك تطفئ عطشنا في نهار رمضان.

تناولنها اليوم بعد الإفطار، وغداً ستلاحظين الفرق، وتدعين لي بالتأكيد.

سنصنع اليوم معاً طبقين غنيين بالخضر.

أقراص الخضر

مقادير أم سلطان

بصلة مفرومة، حبة كوسا مقطَّعة، جزرة مقطَّعة، كوبٌ من الفطر، كوبان من لبِّ الخُبز الطازج، ملعقتا بقدونس، دقيق شوفان، ملح، فلفل.

هيّا نحضِّر أقراص الخُضر اللذيذة

1- سأطبخ الفطر من دون زيت على نار متوسِّطة مع التحريك مدَّة 7 دقائق.

2- ثم أفرم البصل والكوسا والجزر في آلة تقطيع الطعام حتى تتماسك.

3- أضيف الفطر ولب الخبز والبقدونس والملح والفلفل، وبمساعدة الدقيق أشكّل منها أقراصاً، وأضعها في الثلاجة لربع ساعة.

طحين

15 m

4- أقلي الأقراص في مقلاة تحتوي على ملعقة من الزيت، إلى أن يصبح لونها ذهبياً، ثم أضعها في طبق وأقدّمها.

شرائط الخُضر

مقادير أم سلطان

ثلاث حبّات من الكوسا والجزر، كوبٌ من مرق الخُضر، ملعقتا بقدونس، ملح، فلفل.

جاء دور طبق الشرائط

1- سأقطّع الجزر والكوسا إلى شرائط رفيقة باستعمال قشّارة الخُضر.

2- ثم أسخّن المرق حتى الغليان في وعاء كبير وأضيف الجزر، ثم الكوسا، وعندما تصبح الخضر طريّة أضيف البقدونس والملح والفلفل مع التحريك، ثم أضعها في طبق وأقدّمه.

أتمنّى أن ينالا طبقا الخضر الرمضانيّان إعجابكن، وكلُّ رمضان وأنتن بألف خير وصحة وعافية.

أسرار وخفايا

أصدقاء من نوع آخر .2.

في كثير من الأحيان نجدهما معاً يكاد لا يفارق أحدُهما الآخر، والعجيب في الأمر أنهما مختلفان.

تقوم سمكة الشمس المحيطيّة بالسباحة على جنبها بالقرب من سطح الماء لتفتح المجال أمام طيور النورس لتهبط وتتغذّى على الطفيليّات التي تعلو جلدها، وبهذه الطريقة تكون طيور النورس قد تناولت طعام الغداء، وبالمقابل تكون سمكة الشمس قد تخلّصت من تلك الطفيليات وخضعت لحمام دافئ تحت أشعة الشمس.



يعيش النمل مع حشرات المن بوئام، وكلٌّ منهما يقدّ الخدمات للآخر، فحشرات المن تتغذّى على العصا النباتيّة الغنيّة بالمواد السكريّة، وتفرز الفائض منها على شكل قطرات يتغذّى عليها النمل، وبالمقابل يقو النمل بحمايتها من الأعداء، وينقلها من مكان إلى آخ لأنّ المن حشرات ضعيفة وغير مجنحة وبطيئة الحركة







تقوم أسماك التنظيف باللحاق بحيوانات البحر مثل السلحفاة البحرية لتتغذّى على الطفيليّات والجلد الزائد الذي يعلو أجسامها، وهكذا تكون قد ملأت بطونها الصغيرة بما لذّ وطاب، وفي الوقت نفسه نظّفت جلد السلحفاة.









يختبئ (أبو جلمبو) عادة في صدفته عند شعوره بالخطر، لكن هذه الصدفة لا تحميه من الحيوانات الجائعة مثل الأخطبوط، لذلك يحمل على ظهره شقيق النعمان المسلّح بلوامسه اللاسعة ليكون سلاحاً لأبو جلمبو، وبهذه الطريقة يستطيع شقيق النعمان أن يتنزّه عبر البحر بدلاً من التصاقه على صخرة، وهذا يوفّر له غذاءً أفضل.



English Show











My friend's party.



I went to my friend's party yesterday. It was great. There were music, balloons and gifts. I said hello to my friend and gave her my gift. She smiled and said:" thank you very much my lovely friend, now let's go and eat the cake". There was a big cake full of chocolate.
There were jellies, cookies, candies and juice.
I ate and ate....that was so yummy . I ate a lot of chocolate, but when I went back home I felt very sick.
My mom made a chicken soup for me. I felt so much better. From now on ... I will eat a lot of fruit and vegetables and a little chocolate.

DIFFICULT WORDS:

Healthy: صحي	Fruit : فواكه	Vegetables : خضر	
Pasta : معكرونة	Rice : رز	Favorite dish : طبق مفضل	
Soup : حساء	Warm : دافئ	Jelly : هلام-جلو	
Candies : حلوى	Yummy : لذيذ	Sick : مصاب بالغثيان	Juice : عصير

DISCOVER THE HIDDEN WORD!

DELETE THE DUPLICATE LETTERS

اكتشفي الكلمة المختبئة بحذف الحروف المكررة.



نزهة

حذاء مرصّعٌ بالذهب والماس



صنع صانع مجوهرات زوج أحذية نسائي مواكب للموضة من الذهب والماس بسعر بلغ 155 ألف دولار، حيث رصّعه بأكثر من 2200 ماسة..!!

فما رأيك؟!

حقائق أدهشتني

شجرة الفلّين تحتاج إلى عشر سنوات من أجل تكوين طبقة فلّين واحدة.

نمو ظفر إصبعك الوسطى هو الأسرع، بينما نمو ظفر إبهامك هو الأبطأ.

إنّ سرب جراد من الحجم المتوسط يتراوح عدد الجراد فيه حوالي مليون جرادة، ويستهلك 20 طناً من الطعام يومياً

الحرف الأول والحرف الأخير في أسماء القارات الخمس هو (أ).

تزن البيضة الواحدة من بيوض طائر الكيوي ربع وزن الطائر نفسه.

غرامةٌ ماليَّة من أجل علكة



من المقرّر أن تبدأ (سيؤول) عاصمة كوريا الجنوبية

في تطبيق قانون جديد يفرض غرامة ماليّة على كل من يرمي العلكة في الشوارع، وحدّدت السلطات المختصّة قيمة الغرامة من 26 إلى 30 دولاراً على كلّ من يُضبط متلبّساً بهذا الجرم.



أكبر عدد من الأطفال لسيدة

دخلت زوجة فلاح روسي سجل غينيس للأرقام القياسية بعدد الأطفال الذين أنجبتهم، حيث بلغ عددهم 69.
وقد ولدت هذه الأم 27 مرة بينها 16مرة ولدت فيها توأمين، و7 مرات 3 توائم، و4 مرات في كل منها 4 توائم، وبقي على قيد الحياة 67 منهم، عاشوا في الفترة ما بين 1762ـ 1796م.





رحلةٌ إلى قمة الجبل



نجحت سيدة فلسطينية في بلوغ قمة جبل إيفرست التي تُعد الأعلى في العالم لتكون أول امرأة عربية تحقق هذا الهدف، وذلك في رحلة استغرقت 51 يوما.

كيف الحال؟



شعري تاجٌ على رأسي

جمالُ الشعر ليس بنعومته ولكن بنظافته ولمعانه وصحته.
عند تمشيط شعرك وهو مبلّل استعملي مشطاً واسع الأسنان لأنّ الشعر المبلّل يتقطّع سريعاً إذا ما استعملتِ مشطاً ضيّق الأسنان.
احرصي على عدم تمشيط شعرك بعنف لأن ذلك يؤدي إلى نزع الشعرة من بصيلتها أو بقطعها من منتصفها.



كيف أتخلّص من رائحة الثوم؟

بمضغ بضع حبات من البن أو الكمون أو اليانسون أو البقدونس أو ملعقة من العسل أو تفاحة متوسطة.

مطهّر للأمعاء



يحتوي الثوم على العديد من المواد الفعّالة التي تؤ
بشكل قويّ في البكتيريا، لذا يُستخدم كمطهّر للأمع
لفعله القاتل للميكروبات والديدان المعويّة.



بشرتي في خطر!!



أعاني من تقشُّر جلد بشرتي وخاصة حول الأنف، فما هي أفضل طريقة للعناية ببشرتي الجافة؟
العناية بالجلد الجاف تكون بترطيبه، ويجب عدم غسل الوجه بالماء والصابون أكثر من مرّة واحدة في اليوم، ودائماً اغسليه بالماء الدافئ وليس الحار.

ابقار من صويا!!



ليست البقرة والماعز هي المخلوقات الوحيدة التي تقدّم لنا الحليب، بل نستطيع الحصول عليه أيضاً من نبات الصويا، وحليب الصويا مفيد جداً، يحتوي على الألياف وغني بالكالسيوم و فيتامين (أ) و(د).

أفكار ذكيّة



إن أردتِ إبقاء الشموع مشتعلة لمدة أطول ضعيها في الثلاجة قبل الإشعال بثلاث ساعات.

للحصول على مكعبات نقية من الثلج سخني الماء لدرجة الغليان، ثم جمّديه.





لجعل الليمون يعطي أكبر كميّة من العصير ضعيه في ماء ساخن مدة ساعة قبل عصره.





كوب من الشاي

أنصحك عزيزتي بتناول كوب من الشاي الأخضر يوميّاً لأنه يمنع التأكسد في خلايا الجسم، ويخفف من إمكانيّة حدوث السرطانات، ويُفضل شربه من دون سكر.

زنا في بلاد العجائب

مدنُ الجمال

في يومي الثالث والأخير في بلد الجمال إيطاليا زرتُ الكثير من المدن الرائعة.

مدينة الأزياء والعطور

في مدينة (ميلانو) المشهورة بالأزياء والعطور قضيتُ بضع ساعات وأنا مذهولة بتلك الواجهات المزدحمة بالألبسة الراقية والعطور والمجوهرات والأحذية الجلديّة، وطبعاً لم أغادر المدينة إلا وأنا أحمل عدداً من العلب المحشوّة بالهدايا لصديقاتي



المغارة المتلألئة

عند ذهابي إلى المغارة الزرقاء في منتصف النهار أبهرني انعكاس أشعة الشمس عبر الماء إلى داخل المغارة لتعطيها لوناً أزرق، فأصبح كل شيء حولي ذا بريق متلألئ.



جزيرة من الخيال

عندما تفكرين في قضاء أمتع الأوقات على شواطئ خياليّة ومناظر تأسرك بجمالها ما عليك سوى البحث عن زورق ذي سرعة عالية من نابولي لتجدي نفسك في الجزيرة الأسطوريّة (كابري)، هذه الجزيرة التي تقع في جنوب غرب روما، فلم أستطع أن أمنع نفسي من الاستيقاظ في الصباح الباكر لأتابع شروق الشمس وسطوع ضوئها على أمواج البحر لتغرس في ذاكرتي صورةً ملوّنةً لن أنساها في حياتي، وبالإضافة إلى جمال طبيعتها فهي تعجُّ بالمقاهي والمطاعم والمحال التجاريّة التي اشتريتُ من إحداها بعض التحف للذكرى.





إطلالة جبليَة

في شمال إيطاليا تقع مدينة (تورينو) الإيطالية وما يميِّزها أنَّ جبال الألب البيضـــاء الثلجيّة تحيط بها، وهي من أهم المدن الصناعيّة في إيطاليا.



فطور، غداء، عشاء

يبدأ نهار الإيطاليين بقهوة مركَّزة مع قطعة خبز، أمّا الغداء فيسمّى (برانزو) ويتألف من ٣ أطباق، الأول مقبلات (البريمو) وهو عبارة عن حساء أو معكرونة، ومن ثم الطبق الرئيسي (السوكوندو) ويكون من اللحوم أو السمك ثم طبق الحلويات (دولتشي) ويكون من المثلجات أو الكعك.

البرج المائل

لم أستطع مغادرة إيطاليا قبل الذهاب إلى مدينة (بيزا) الصغيرة لأحظى برؤية إحدى عجائب الدنيا السبع، وهي برج بيزا المائل وأصعد إلى قمته المائلة لأستمتع بمشهد إيطالي فريد من نوعه وفي المتحف الخاص به اطّلعتُ على شرح لطريقة بناء البرج وأسباب ميلانه، وكل ما يتعلق به تاريخياً، وبهذا تكون قد انتهت رحلتي الإيطالية المليئة بالمغامرات المدهشة، والتي لم أعهدها من قبل.

صورتان متشابهتان

التقطتُ هذه الصورة من جزيرة كابري الإيطالية، ونسختُها مرّة ثانية، لكنّ النسخة اختلفت عن الأصل بسبعة فوارق.. دلّيني عليها.







Click

كيف تحافظي على راحة عينيك عند استخدام الشاشات المسطحة؟



تعتبر الشاشات المسطحة إل سي دي أفضل من الشاشات الأخرى غير أن العلماء ينصحون المستخدم بالحرص على الحفاظ على مسافة مناسبة بينه وبين الشاشة ومراعاة اختيار حجم الحروف والألوان المناسبة حفاظاً على صحة العينين، لذلك عليك صديقتي الجلوس على بعد ٧٠ سنتيمتراً و أن يكون حجم الحروف ٤,٥ مليمتر،كما أن درجة التباين في الألوان من العوامل المهمة في وضوح الرؤية، لذا يوصى باستخدام الحروف السود على أرضية بيضاء لأنّ ذلك يشبه ما نراه على الورق، وبالتالي فهو أمر مريح للعين والعكس غير صحيح، فاستخدام حروف غير داكنة على أرضية داكنة يرهق العينين.



ياإلهي، لقد توقف جهازي فجأة!!

أمرٌ طبيعي أن يحدث عطلٌ أو خطأ فنّي في جهاز الكمبيوتر، ماذا تفعلين؟
أول خطوة هي إعادة السيطرة على النظام من جديد، حتى تستطيعين حفظ ملفاتك المفتوحة وإغلاق برامجها، تحسُّباً لأيّ سبب قد يؤثر فيها اتبعي الخطوات التالية لتتمكني من التعامل مع Windows من جديد :



1 انتظري عدّة دقائق حتى ينتهي البرنامج من تنفيذ كافة الأوامر والعمليّات التي يقوم بتنفيذها.

2 لو استمر نظام التشغيل Windows في التوقف عن العمل، اضغطي Ctrl + Alt + Delete فتظهر قائمة بجميع البرامج التي تحت التنفيذ، انقري اسم البرنامج المتبوع بعبارة (Not Responding) ثم انقري زر End Task وبهذه الطريقة تستطيعين إغلاق البرنامج المسبّب للمشكلة والعودة إلى نظام التشغيل Windows.

اختصارات في لوحة المفاتيح

نتابع في الاختصارات الضرورية على لوحة المفاتيح والتي نستعملها في البرامج وخاصة في برنامج Microsoft word:

مسافة مفردة: Ctrl + 1

مسافة سطر ونصف : Ctrl + 5

مسافة مزدوجة: Ctrl + 2

الانتقال إلى صفحة أخرى :Ctrl + G

الانتقال إلى نهاية الملف:Ctrl + END

هديتي لكنّ

هذا الكمبيوتر المحمول البناتي الرائع مع الماوس اللطيفة باللون الزهري.





ما رأيك بهذه الفلاش ميموري التي تستطيعين وضعها كقلادة؟

مِن صُنعِ يدَيَّ

لِمَ أنتِ حزينة يا وردة الحديقة؟!

في إحدى الصباحات المشرقة فتحت نافذتي لأستمتع بالهواء العليل فإذا بوردة صغيرة في الحديقة المجاورة تبكي، أثار فضولي بكاؤها فسألتها عن السبب، قالت إنها تشعر بالوحدة، فقررت أن أصنع لها دمية على شكل وردة علّها تدخل السعادة إلى قلبها.

أدواتي الخارقة

قماش أبيض، قماش ملون، خيط، إبرة، قطن للحشو، مقص، شريط قماشي أحمر اللون، لاصق، أصبص، إسفنجة، مصاصة عصير، شعيرات تورب زراعية.

وردتي القماشيَّة

5 X

1- قصصت خمس دوائر متساوية من القماش الملون.

2- صنعت غرزة شلالة حول الدوائر.

3- ثم ملأتها بالقطن وسحبت الخيط وربطته لأحصل على خمس كرات ملونة.

4- صنعت كرة واحدة من القماش الأبيض بالطريقة ذاتها، وثبتُّ الكرات معاً



بقي أمر واحد وهو أن أضع وردتي على حافة النافذة لتصبح صديقة لوردة الحديقة...
هل أنت سعيدة الآن أيتها الوردة الجميلة؟

صديقات كثيرات

أصبح لوردة الحديقة صديقات كثيرات، لأن النوافذ التي تطل على الحديقة كلها قد تزينت بورود مثل وردتي القماشية، لكنها تختلف عنها بشيء بسيط إلا واحدة، هل تستطيعين اكتشافها؟



كل يوم

كيف، لماذا، لا

ما هذا؟ قلمٌ جديد؟! لمَ لم تخبريني أنّكِ اشتريتِ هذا القلم؟! ماذا فعلتِ بالحذاء الجديد الذي أهدته إليكِ أختك هند؟ أخشى أن تكوني قد خبّأته في الخزانة!! عليكِ ارتداؤه قبل حلول الشتاء... غداً في الرحلة سأرتدي فستاني الوردي، لذلك عليكِ أنتِ أيضاً ارتداء فستانك الوردي.

ما سمعتنه قبل قليل ليس تحقيقاً يقوم به محقّق في المحكمة، بل هذا عبارة عن جمل أسمعها كل يوم من صديقتي التي أثقلت كاهلي بتصرفاتها المتسلّطة، وكل هذا تحت شعار الصداقة.



فعليّ أن أنقاد إلى جميع أوامرها، وأن أكون نسخةً عنها في كلّ شيء، حتى في الأفكار والتصرّفات كي يعرف الجميع أنّنا صديقتان حميمتان، فهي مقتنعة أشد الاقتناع بأنّ الصداقة لا تكون إلا كذلك.

لا تنعم صديقتي بالسعادة وراحة البال إذا لم تعرف كل تفاصيل حياتي، وتغضب أشد الغضب إن نسيتُ أن أخبرها بشيء حدث معي أو فعلته أو تعرّضتُ له مهما كان بسيطاً، وطبعاً هذا لا يكفي بل تشعر أنّ من واجبها أن تتدخل في شؤوني كلّها، ولا تتردّد في غمري بشلالٍ من النصائح غير المنتهية، حتى أنّها لا تترك لي أيّة فرصة في إبداء رأيي، لأنّ رأيها فقط هو الصحيح والذي يجب أن يُنفَّذ.



وإن قرّرت أن لا تذهب في رحلة مدرسيّة ما، عليّ أنا أيضاً أن أقرّر هذا القرار شئتُ أم أبيت، وإلا أكون قد دمّرتُ صرح صداقتنا العظيمة بيديّ هاتين.

بدأتُ أكره هذه الحال، وأكره أن أقابلها أو أن أحادثها على الهاتف، لأنّي فجأة أتحوّل إلى متّهم يدافع عن نفسه ويقدّم المبرّرات والمسوّغات لأيّ اتهام قد يُلقى عليه من المحقق في أيّ لحظةٍ كانت، أو إلى جنديٍّ صغير يتلقّى الأوامر من رئيسه وعليه تنفيذها دون تردُّد، وإن حاولتُ إظهار استيائي من كلّ ما تفعله ستغضب وتقول: أنتِ لستِ صديقةً مثاليّة.

وقد تفاقم الأمر إلى درجة أن تطلب منّي عدم زيارة صديقتي مايا التي تغيّبت عن المدرسة بسبب مرضها، وهذا الطلب ناجمٌ عن كرهها لمايا لأسباب حتى الآن لم أعرفها، مذكّرة بأنني إن لم أفعل ما تريد ستتحطّم صداقتنا.

ما رأيكن صديقاتي أأذهب لزيارة مايا أم لا؟

أنتظر آراءكن على البريد الإلكتروني:

orango@spacetoongroup.com

فوائد الموائد

أصدقاء الفيتامين (E)

جاء فيتامين E من كوكب الفيتامينات ليقدم لنا الهدايا المدهشة، لكننا عندما نأكل الأطعمة التي يسكنها هذا الفيتامين لا نأبه بتلك الهدايا، أو بعبارة أصح لا نعرف أنه موجود في هذه الأطعمة وماذا يخبّئ لنا من فوائد.

هدايا فيتامين (E)

يحافظ فيتامين (E) على صحة الجلـد، فإذا أردت الحصول على بشرة نضرة وصحيّة أكثري من تناول أصدقاء هذا الفيتـامين، كما يسـاعد على عـلاج مشاكل المفاصل والأعصاب، ويحسن وظيفة جهاز المناعة ويقوّي الذاكرة، ويساعد على ترميم الجلد التالف بسبب الحروق.

من هم أصدقاؤه؟

لفيتامين (E) أصدقاء، جاؤوا من عالم المأكولات المفيدة ثم عقدوا اتفاقية مع هذا الفيتامين بأن لا يتركهم ولا يتخلوا عنه في يوم من الأيام، سنذكر لك بعضاً منهم:

الطماطم

من أفضل الوسائل الطبيعية لتنقية الدم وزيادة نضـارة الجلـد، كما أنها وسيلة جيدة لمكافحة حروق الشمس، وتتميز الطماطم باحتوائها على كمية كبيرة من الفيتامينات (A) و(C) و(E)، والمعادن وغيرها من عناصر غذائيّة ضروريّة تجعل الوجه أكثر إشـراقاً، لذا من الأفضـل لنا جميعاً أن نتناول الطماطم بكلّ أنواعها (الثمرة، المعجون، والصلصات).

الخس

يحتوي الخس بالإضافة إلى فيتامين (E) على فيتامين (A) و(B1) و(C)، ويعتبر من الخضر الغنيّة بالماء والعناصر المعدنيّة وأهمها الكالسيوم والفوسفور والحديد، فهو مفيد جداً للصغار والكبار، يقيهم من الإصابة بهشاشة العظام ويحافظ على أسنانهم أيضاً.

الملفوف

بالإضافة إلى فيتامين (E) يحتوي الملفوف على فيتامين (B) و(K) و(C)، وهو يساعد على التخلُّص من التعب والإرهاق، ويساعد على الوقاية من الإنفلونزا، ويقوّي الشعر والأظافر، كما أنه منشط للكليتين.

أم سلطان و الطماطم

عندما عرفت أم سلطان فوائد الطماطم اتجهت فوراً إلى السوق لتشتري بعضاً منها، ساعديها على الوصول إلى حبّات الطماطم عبر متاهة الفيتامين (E).

واجبٌ مدرسي


موودا
موودي






ما بك يا موودا؟ لم لا تتناولين طعامك؟!




طلبت منا المعلمة كتابة موضوع عن "مساعدة الآخرين" وليست لديّ أية فكرة عن نوع المساعدة التي سأكتب عنها.


حاولي العثور على الفكرة مما يحيط بك.





أمك على حق، فبذلك ستحيطين بالموضوع من كلّ جوانبه.

هذا الموقف مناسبٌ جدًا لأكتب عنه... هااا... صوت أمي.

اتركيها يا خالة... سأحملها لك..

أمي...

أمي... هل أنت بخير؟!... تعالي معنا سنساعدك لتجلسي على الأريكة.

سأتصل بوالدي حالًا ليحضر الطبيب.

الأمر لا يستدعي طبيبًا. سأرتاحُ قليلًا... آآآآآآآه... عليّ أن أنهي بعض الأعمال. ماذا سأفعل الآن؟

لا تقلقي يا أمي
سأقوم بكل
الأعمال...

أشكركما يا عزيزتي.

أما أنا فسأضع لك كمادات
الثلج كي يزول التورم من
قدمك. كما أني سأهتمُ
بمودو كي لا يزعجك
بطلباته.

لقد كنتما خير معين
لأمكما. أنا فخورٌ بكما.

الآن أصبح لدى
مودا فكرة جيدة
عمّا ستكتبه في
الواجب.

هذا صحيح يا مودي سأكتب عما حدث
معنا. وفي النهاية سأقول للمساعدة
أشكال وطرق مختلفة ولكن لكلٍّ منّا
طريقته في مساعدة الآخرين.

fulla®

عرض
خاص من



مجموعة صلاتي
Prayer Set

Available in 2 sizes

fulla

تميزي بعبادتك
واستغلي
نفحات الطاعة..
مجموعة الصلاة
من فلة

fulla

NEW BOY

حامل هذا الكوبون يحصل على ٢٥٪ خصم على

مجموعة صلاتي
Prayer Set

من محلات



تشابه أم اختلاف؟

بين البَر والبُر والبِر

من أجمل الأخلاق وأنفعها للبشرية جمعاء خُلق البِر والإحسان، وأكثر شخصين في حاجة إلى برّنا وإحساننا هما والدانا، فبرُّ الوالدين طريقٌ واسعٌ إلى جنّةٍ عرضُها السموات والأرض، قال تعالى: (وقضى ربُّكَ ألا تَعبدوا إلا إيّاه وبالوالدَيْن إحسانا)، وبهذا نحيى حياةً سعيدةً ونصلُ في النهاية إلى برّ الأمان، أمّا نحن فنصل إلى معنى جديد بعد أن قفزَت الكسرة الموجودة تحت الباء إلى فوقها.

فتصبح الكلمة (بَر) أي اليابسة، وكوكبُنا يحتوي على برٍّ وبحر، وكلٌّ منهما يحتوي على نباتات وحيوانات ومخلوقات متكيّفة مع إحدى البيئتين، فللحيوانات البريّة دورٌ مهمٌ في التوازن البيئي وتلبية احتياجاتنا المعيشيّة، ومن هذه الحيوانات الأبقار والخراف والأغنام والدواجن.

لكن ثمّة حيوانات تستطيع العيش في البرّ والبحر معاً، وتُسمّى الحيوانات البرمائيّة، مثل بعض أنواع السلاحف والضفادع والتماسيح وغيرها.

والحديثُ عن الحيوانات يقودُنا للحديث عن النباتات أيضاً، والفتحة المتمركزة على حرف الباء في (بَر) إن انقلبت إلى ضمّة ستبرّر لنا الحديث عن الحقول الذهبيّة مع إشراقة كلّ شمسٍ لننعم بمشهدٍ دافئٍ من سنابل القمح التي تنتج حبوباً تُعتبر الغذاء الرئيسي لكثيرٍ من الشعوب.



وهو يُزرع في أكثر بلاد العالم مرّةً واحدةً في السنة، وفي بعض البلدان يُزرع مرتين، وللبُرّ أو القمح أنواعٌ متعددةٌ، فمنه ما يصلح لعمل الخبز، ومنه ما يصلح لعمل المعكرونة، ومنه ما يصلح للمعجنات والحلويات.



إلى السودان تنقلنا كلمة بر إن تكرّرت لتصبح بربر المدينة التاريخيّة الواقعة شمال السودان، وهي أكبر من قرية بربر الواقعة في الشمال الشرقي من مدينة غزّة الفلسطينيّة.

أمّا إن ألتصقت في نهاية الكلمة تاءٌ مربوطةٌ سنسافر عبر الأزمان لنلقى السيدة بريرة مولاة السيدة عائشة رضي الله عنها، وهي صحابيّة جليلة ذكرتها كتب السيرة في مواضع كثيرة، كما كان لها نصيبٌ في الجهاد في سبيل الله، وكانت مثالاً في الكرم والجود والصبر والتقوى.

تحدّي الحروف

هل تستطيعين تحدّي هذه الحروف بأن تشكّلي منها عشر كلمات، مع العلم أنّكِ تستطيعين تكرار أي حرف منها في الكلمة الواحدة؟

ة، ر، ي، ب، ى.

حل العدد الماضي: ساعد، سعودي، ساعد، سُعاد، سُعدى، سعدا، سعد، سعيد، عدس، عسى.

قصة من جليس

أسطورة الملك آرثر

تدور الأسطورة حول ملك بريطانيا "أوثر بندراجون "Uther Pendragon الذي يُقتل في إحدى المعارك.
ويقوم معاونه "ميرلين " بأخذ ابنه الرضيع وإخفائه ثم إيداعه عند أحد النبلاء فيتربى الولد "آرثر"
على أنه خادم إسطبل ومتعهد خيول،
أمّا عن من يعتلي كرسي الحكم فقد قام "أوثر"
بغرز سيفه وسط صخرة معلناً قبل موته
أنّ من يفصل السيف عن الصخرة هو الذي يستحق أن يصبح ملكاً.

وفي أحد الأيام اجتمع النبلاء لحضور مسابقة بين الفرسان واللوردات، ولمّا
طلب النبيل الذي يخدمه آرثر سيفه، أخذ آرثر يبحث عن السيف الذي
أضاعه دون جدوى وعندما وجد سيف والده على الصخرة سحبه بسهولة
وأحضره إلى سيده.

وعندما علم النبلاء بذلك أصيبوا بالدهشة، وبدأ الجدال بينهم،
كيف سينصّبون هذا الخادم ملكاً عليهم!
ويبقى كذلك الأمر إلى أن يأتي "ميرلين" ويعلن أن "آرثر" هو ابن الملك أوثر بندراجون،
عندها بايع جميع النبلاء آرثر ملكاً وعاهدوه على محاربة أعدائه لتتحد بريطانيا.

بنى آرثر قلعته الشهيرة بـ "كاميلوت" ولكي يساوي بين فرسانه صنع طاولة مستديرة يتساوى عليها جميع من يجلس حولها لذا سُمّي فرسانه بفرسان الطاولة المستديرة.



تنتهي أسطورة الملك آرثر بقتله في إحدى المعارك بعد أن أوصى برمي سيفه في البحيرة.

تعتبر هذه الأسطورة من أشهر الأساطير الإنجليزية على الإطلاق، فقد غذّت هذه الأساطير الخيالية مخيلات الكثير من الفنانين ليتحفونا بالأشعار والملاحم والروايات، وليرسموا أحلى اللوحات التي تصوّر هذه الأساطير، وينظموا المقطوعات الموسيقيّة والأوبرات التي تتناول مواضيعها.

أم سلطان و الطباخات الصغيرات

فتحتُ بريدي في الصباح فوجدتُ الكثير من الرسائل الطبخيّة المُرسلة من صديقاتي الطبّاخات الصغيرات.

وصفتي

حساء القرع

أوصانا رسول الله صلى الله عليه وسلم بأكل القرع لأنه مفيد جداً، لذلك أرسلت إليك يا أم سلطان حساء القرع.

المقادير حبة قرع، حبتا بصل، 3 فصوص من الثوم، مكعب مرقة خضر، 8 أكواب من الماء، ملح.

الطريقة تطهى المقادير جميعها على النار إلى أن تنضج ثم تخلط في الخلاط، ثم ترفع على النار إلى أن تتخن، وتُقدّم.

هذه الوصفة من الصديقة منة سعيد مصطفى، 13 سنة، مصر.

صحي ومفيد في رمضان

للتمر فوائد لا تُعد ولا تُحصى، لذلك كان رسول الله صلى الله عليه وسلّم يبدأ فطوره في رمضان ببضع تمرات، لأنّها تقضي على الجوع فوراً وتزوّد جسم الصائم بالطاقة والنشاط اللازمين.

هذه المعلومة من الصديقة زينب محمد شيخلي، 14 سنة، السعودية.

تناول الحليب ومشتقاته من الأجبان والألبان مهم جداً في رمضان لأنّها من أهم مصادر البروتين والكالسيوم.

هذه النصيحة من الصديقة مسرة علي رشدي، 13سنة، البحرين.

يجب علينا التقليل من الأطعمة المقليّة في رمضان لأنّها تلبّك الأمعاء وتسبّب عسر الهضم.

هذه النصيحة من الصديقة أمنية حسين بدري، 11سنة، الأردن.

لا تكثري من تناول الشاي عند السحور لأنّه مدر للبول، وبذلك يحرم الجسم من بعض المعادن والأملاح المفيدة التي يحتاج إليها أثناء النهار.

هذه النصيحة من الصديقة براءة سعد مشلح، 12سنة، سورية.

لدي سؤال؟

أنا صديقتك أماني راشد عبد الله من العراق أود معرفة أهميّة المعادن للجسم، والمأكولات التي تحتوي عليها.

المعادن مهمّة جداً للجسم وللحفاظ على القوة البدنيّة والعقلية والعصبية للإنسان، وخصوصاً الأطفال.

هذا الجدول يبين لك وللصديقات الأطعمة التي تحتوي عليها.

المعادن	المصادر الغذائيّة الرئيسيّة
الكالسيوم	الحليب ومشتقاته، الحبوب، البروكولي، الخبز الكامل، الأرز الكامل، الصويا، السردين، الملفوف.
الفوسفور	اللحوم، الأسماك، الحبوب، البيض، الفواكه المجفّفة، مشتقات الحليب.
الحديد	اللحوم، الكبد، البيض، الأسماك، السبانخ، العدس، البقدونس.
المغنيزيوم	الحبوب، الشوكولا، الليمون، التين، البرتقال، الذرة، التفاح.
البوتاسيوم	الخضر، الفواكه، الحبوب، الحليب ومشتقاته، الموز، الطماطم.
الصوديوم	الملح، ثمار البحر، الخبز، الأجبان.
اليود	الملح اليودي، الأسماك، البصل، الفجل، الأناناس، اللفت.
النحاس	الكبد، الحبوب، الجوز، الخوخ، الكاكاو، بيض السمك.
الزنك	الأسماك، اللحوم، الطيور، الموز، الحبوب الكاملة.

يوميات ام سلطان

شيء مفيد تفعله أم سلطان كل يوم، إذا أردت معرفته ضعي مرادفات الجمل بمساعدة الأرقام في مكانها داخل الجدول.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

عكس كلمة (نهار): 8،9،6.

الفعل المضارع من (شابت): 4،9،2،1.

ضد (خاسر): 7،10،5،3.

من أم سلطان

أشكرُ كلَّ صديقاتي الطبّاخات على هذه المشاركات الجميلة والأطباق الشهيّة، وأتمنّى أن نبقى أصدقاء، وأن ترسلن إليّ مشاركاتكن على البريد الإلكتروني:

orango@spacetoongroup.com

مَن أنا...؟



مغامراتٌ في الظلام

ها قد حلّ الظلام...

هيّا يا أصدقاء بدأ يومٌ جديد، وحان موعد وجبة الفطور، سأقف في أعالي الأشجار وأحاول سماع صوت فطوري وهو قادم نحوي، فأنا أتمتّع بحاسّة سمع قويّة تلتقط صوت فريستي من بعيد، وعندما تقترب منّي أراها بعينيّ الحادتين، ثم أطير دون أن أصدر أي صوت بمساعدة جناحيّ الكبيرين وريشي الناعم وأنقضّ على السنجاب المسكين الذي لم يفكر في لحظة من حياته بأن نهايته المأساوية تلك ستكون على يديّ.

بعض الناس ينزعجون من رؤيتي ربما لأنّني من الطيور التي تعيش في المناطق الموحشة وغير المأهولة، وربما لاتساع عينيّ اللتين تلمعان في الليل، أو لأنّي طائر ليلي.

عيناي ثابتتان لا تتحرّكان، لذلك أملك رقبة أستطيع بوساطتها أن أدير رأسي دورة كاملة حولها، وهذه الميزة تساعدني على رصد الأعداء أينما كانوا.

تُعرف عنّي أنا وعائلتي أنّنا ثرثارون إلى حدٍّ ما وإذا بدأتُ بحديث ما مع أحدهم من الصعب أن ينتهي، ويقولون إنّي كسول في البناء، لأنّي أراقب طيور العقعق من بعيد، وعندما تغادر عشها أنقضُّ عليه وأحتله، ومن ذلك الحين يصبح العش لي...

صحيح أنني أمتلك بعض الصفات السيئة لكنني طائر مفيد جداً للبيئة، أنظفها من الفئران والسناجب والأرانب المريضة، كما أنني أحب الحياة الأسريّة، وأمتلك عاطفة جياشة تجاه أبنائي، أرعاهم وأطعمهم وأعلمهم مهارات الصيد والقنص.

اسمي مؤلف من ثلاثة حروف، الحرف الأول (ب)، لن أقول لك ابحثي عنّي لأنني أعرف سلفاً أنك لن تستطيعين رؤيتي أو حتى الذهاب إلى أماكن وجودي المظلمة، لذلك سأقول لك فقط فتشي عن اسمي في ذاكرتك أو في موسوعات الطيور وبالتأكيد ستجدينني ثم أرسلي ما توصّلت إليه عبر البريد الإلكتروني:

orango@spacetoongroup.com

الزر الخفي





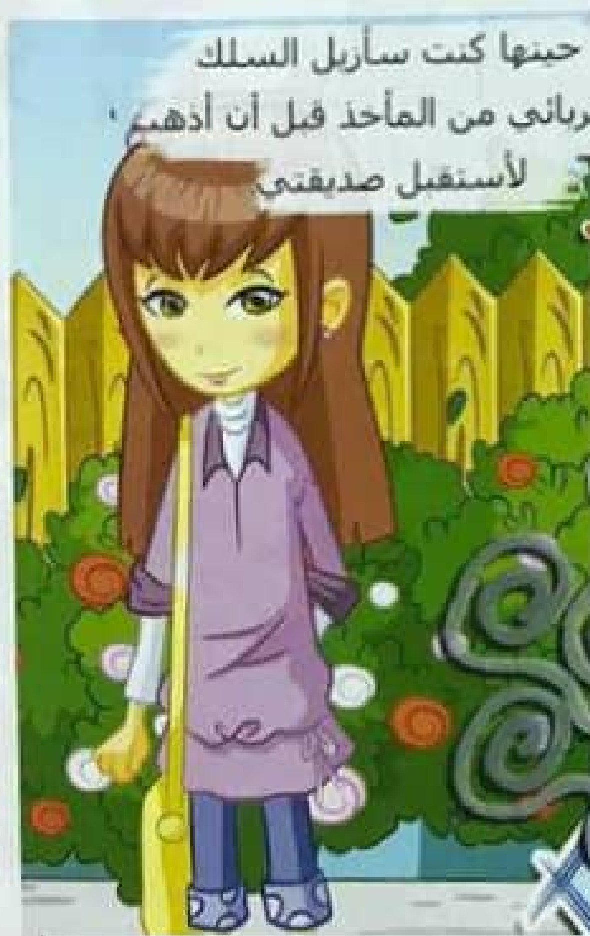
تفضلي، هذا الكتاب الذي استعرته منك في الأمس

شكراً


أوه..
نسيت


لقد احترق!!


يت هناك زراً أضغط
عليه
بعد ما مضى لأحسّن
سلوكي وأفعالي
43


حينها كنت سأزيل السلك
الكهربائي من المأخذ قبل أن أذهب
لأستقبل صديقتي
لا تنتظري ذلك الزر الخفي الذي يعيد ما
مضى لتحسّني أفعالك، بل حسّنيها
منذ البداية، لأنك لن تجديه



صديقات أورانجو

كيف يستقبلون رمضان؟

اندونيسيا تمنح إجازة للتلاميذ في الأسبوع الأول من شهر رمضان للاعتياد على الصيام.

باكستان يُزف الطفل الذي يصوم لأول مرة كأنه عريس.

نيجيريا تستضيف كلُّ أسرة فقيراً يومياً للإفطار.

موريتانيا يقرأ أهلها القرآن الكريم كله في ليلة واحدة.

مشاركة من الصديقة مريم الساعدي
سلطنة عُمان.

دعاء صائم في رمضان

اللهم اعنّي فيه على الصيام والقيام، وارزقني ذكرك وشكرك، واجعلني من المستغفرين ومن عبادك الصالحين.

مشاركة من الصديقة جنا دحلان، فلسطين.

خصائص شهر رمضان

وقعت فيه غزوة بدر الكبرى، وهي الغزوة التي نزلت فيها الملائكة للقتال مع المؤمنين، فكان النصر المبين حليف المؤمنين.

مشاركة من الصديقة نادية سعيد، مصر.

آراء الصديقات في مشكلة [كل يوم] للعدد [74]

فيان فاروق، رؤى محمد، فاطمة عز الدين، جوانه علي ميساء الأخرس، هدير محسن، غادة عبد الهادي

روان باعشن: افتحي الباب لجارتك بعد صياغة جمل للاعتذار منها بلباقة، وتحدثي معها بصراحة عن أهمية الوقت الذي يُهدر في فترات الامتحانات.



مشاركة الصديقات في [من أنا؟]

اكتشفت مجموعة من الباحثات الصغيرات أنّ الحيوان الذي تحدّث عن نفسه في العدد (74) هو (الكنغر)، شكراً لكل من: بيداء السمان، كوثر جاسم، لين البطل، فينوس طه، ليلى الإبراهيم، هيفاء مزعل، زينة جواد.



أشكر كلَّ الصديقات اللاتي شاركن، وأدعو باقي الصديقات للمشاركة بآرائهن وإبداعاتهن لأزيّن بها هذه الصفحات...

أرسلوها إليَّ عبر بريدي الإلكتروني: orango@spacetoongroup.com

مبروك

مفاجآت وجوائز سبيستون لا تنتهي...
فازت خمس صديقات بمسابقة "جمّعي الصورة" التي نُشرت في العدد ٧١ من مجلة فتيات المستقبل بمناسبة عيد محطة سبيستون الحادي عشر.

أسرة سبيستون هنّأتهن وقدّمت لكلٍّ منهن (Photo Frame) فلة، من محلات سبيستونات.





الفائزة الأولى: روز عاصم فراش، ٩سنوات، السعودية.
الفائزة الثانية: ريمة معتز حسنين، ١٣ سنة، الإمارات.
الفائزة الثالثة: سمرة حاتم بديعي، ١٣ سنة، اليمن.
الفائزة الرابعة: ماريا صبحي عزيز، ١١ سنة، مصر.
الفائزة الخامسة: رشيدة محمد خليلي، ١٣ سنة، فلسطين.

لآلئ سبيستون


سدرة منصور


مسك رامح غطاس


شهد ميدان

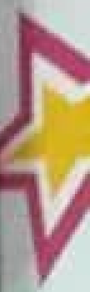

نتالي حسام سالم


أماني محمد يوسف



قوس قزح







جودي وجولي وسدرة الجهني





لطيفة عادل العليط





ياسمين بياري







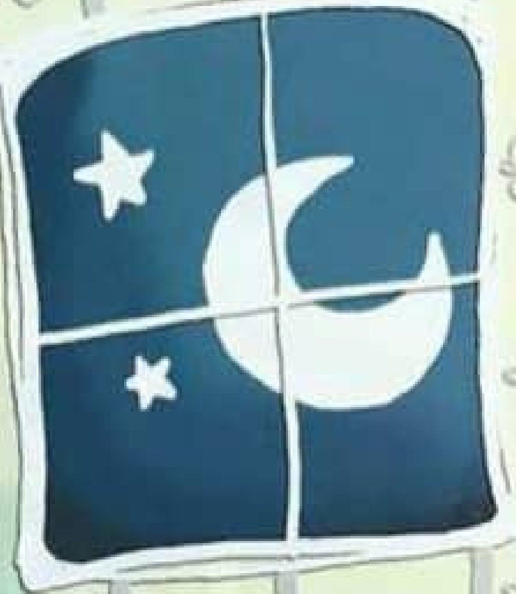


نورا عادل العليط



فاتن إياد عبد الرحيم

أحلى طلّة



يا خير الشهور طال اشتياقنا...
صبرنا عاماً ونحن ننتظر عودتك
لتطلَّ بوجهك الباسم على أيامنا
فيك نرتقي، ومعك نغسل خطايانا وذنوبنا
لنبدأ صفحة جديدة مع ذواتنا، أهلاً بعودتك يا رمضان.

صديقاتي...
شهر البركة أقبل ومعه المزيد من المفاجآت،
إنها مسابقة سبيس تون الرمضانية، إذا كنت من
الفائزات الخمس فستربحين: (Mp3) من فلة.

قومي بالإجابة على الصفحة المخصصة بالمسابقة وأرسليها
عبر بريد المجلة على العنوان التالي:
P. O BOX 10239 - دمشق - سورية

مسابقة سبيستون الرمضانيّة

1 اختاري الإجابة الصحيحة:

- السورة التي تعدل ثلث القرآن الكريم هي؟
أ- الفاتحة
ب- الإخلاص
ج- البقرة

- ما اسم الصحابية الجليلة والدة سيدنا علي بن أبي طالب؟
أ- نسيبة بنت كعب
ب- خولة بنت الأزور
ج- فاطمة بنت أسد

- معنى كلمة (حيعل) هو:
أ- قول: حي على الفلاح
ب- قول: الحمد لله
ج- قول: سبحان الله

2 صح أم خطأ؟

حجّ النبي صلى الله عليه وسلم ثلاث مرات.

معنى لفظ (الزمهرير) الذي ذُكر في سورة الإنسان هو الحر الشديد.

سُمي سيدنا عثمان بن عفان بذي النورين لأنه تزوّج اثنتين من بنات النبي صلى الله عليه وسلم.

3 أكملي الجمل:

النبي الذي أنزل عليه (الإنجيل) هو.......................
أول سورة أنزلت على النبي محمد صلى الله عليه وسلم هي.......................
الصدّيقة بنت الصديق هي السيدة.......................

4 أرقام

- ما اسم السورة ورقم الآية التي ذُكر فيها اللون الأصفر في القرآن الكريم؟

- في سورة (المؤمنون) ذُكر لفظ (هيهات هيهات) بدون فاصل، ما رقم الآية التي ذُكر فيها؟

- كم عدد السور التي بدأت بـ (طسم)؟

المسابقة الرمضانيّة

SPACE TOON

مجلة فتيات المستقبل العدد (75)

اسمي الثلاثي : ....

عمري: ....

عنواني: ....

هاتفي: ....

ص.ب: ....

مودا
مودي



إلعبوا مع مودا



والتقوا مع مودو

وتعرفوا على باقي أفراد العائلة على موقع:

WWW.MoodaMoody.COM

www.moodamoody.com

الصفحة الرئيسية



لقاء مع العائلة



اغاني



كوميك



خلفيات شاشة





رجوع


سافر
عبر الزمن
واكتشف
عالم الأسرار
http://secrets.gamepower7.com
شاركونا عالمنا الفريد في لعبتنا العربية على الانترنت